

中國醫藥大學創新開辦《庶民健康講座》迴響熱烈

◎ 產學合作辦公室 吳嵩山 2010-08-03

『魚油不是魚肝油』、「魚油有腥味，沒有腥味的是不是假貨？」、「太胖的人攝取魚油的量要多少？」、「膠囊的成份會不會影響健康？」三日上午中國醫藥大學創新開辦的『庶民健康講座』會場座無虛席，邀請醫學系小兒科醫師陳偉德教授、藥物化學研究所吳金濱教授與藥師相授有關飲食、營養與健康的正確資訊，並公開產學合作研發的深海魚油膠囊、金線連護肝健康食品，為健康充電的市民爭相發言，台上台下互動熱絡，迴響熱烈的民眾都覺得不虛此行。

中國醫藥大學在台中地區首場《庶民健康講座》於8月3日上午在台中市文化中心地下一樓視聽放映室舉行；副校長陳偉德教授表示，這項名為「樂活人生」的衛教宣導活動，以貼近大眾健康生活的需求為導向，透過醫衛專家提供正確的健康訊息與養生之道，把愛心服務觸角深入民間，同時公開產學合作的研發成果訊息，替大眾的健康把關，共同攜手營造歡愉祥和的樂活人生！

「魚油不是魚肝油：」鑽研人類營養學的醫學院小兒科醫師陳偉德教授受邀請授「魚油護身大法」表示，人體的必需營養素有氨基酸、脂肪酸、維生素、礦物質、水及熱量；Omega-3 脂肪酸的生物作用包括：藉由多重機制可以降低心血管疾病的風險、藉由多重機制可以降低心因性猝死的風險、有益於腦神經系統之發育與健康及抗憂鬱作用。

陳偉德教授的健康小叮嚀如下：Omega-3 脂肪酸是人體的必需營養素，Omega-3 脂肪酸可以降低心血管疾病及猝死的風險，而且有益於腦神經系統之發育與健康；攝食深海魚是獲得 Omega-3 脂肪酸的最佳方式，但一般人皆攝食不足；魚油膠囊中EPA與DHA的比例最好符合深海魚肉及代謝機制；慎選有品牌、有學術機構認證之魚油膠囊產品。

對於健康飲食的三原則，陳偉德醫師的心得是，衛生、均衡、適量，「四少一多、健康多多」即少肥肉、少油炸、少油湯、少醬料、多蔬果。

中國醫藥大學藥物化學研究所吳金濱教授則發表研發「台灣金線連風華再現」的心路歷程；他說，台灣金線連(*Anoectochilus formosanus*; Orchidaceae)為本省特有的高貴藥用植物，因具多種功效，在民間被認為是「藥王」或「藥虎」。由於野生的不容易大量採集，因此農民在農政單位輔導下組成立產銷班，以組織培養的方法量產台灣金線連，在市場上曾風光一陣，於民國82至83年達最高峰，民國87年「農業生技國家型計畫」辦公室成立後，台灣金線連被列為重點研究項目，民國92年衛生署已將台灣金線連列為可供食用材料，期間對功效性的研究確認有保肝、降血糖，抗骨鬆，增強免疫等多方面的效果，引起業界的興趣，投入台灣金線連產學合作計畫。

94年中國醫藥大學產學合作由醫學系林文川教授負責技術轉移保護肝臟的藥理和毒理作用，藥物化學研究所吳金濱教授負責保肝活性指標成分分離和活性原料生產之技術轉移。98年10月成功的輔導金線連成為國家型科技計畫首件健字號保肝健康食品。

中國醫藥大學創新開辦的《庶民健康講座》迴響熱烈，吸引大批新聞媒體採訪，會場還設有免費量血壓服務，參加民眾還獲贈產學合作研發的保健食品試用包，有預防中風、肥胖及心血管疾病的（鼎純深海魚油膠囊），本土中草藥護肝健康食品（金線連茶包）及妮思華保養品試用包，讓參加的市民能顧健康、拿好康。

中央社新聞網 <http://www.cna.com.tw/postwrite/cvpread.aspx?ID=00064202>

現場訪談陳偉德副校長



現場訪談吳金濱教授



國立教育廣播電台



【相關圖片】



創新開辦「庶民健康講座」的推手陳偉德副校長是媒體追訪的焦點人物



醫學系小兒科醫師陳偉德教授講授魚油護身大法



吳金濱教授暢談台灣金線連的護肝功效



庶民健康講座會場旁設有免費量血壓服務



庶民健康講座的會場座無虛席



為健康充電的市民在會場內提問互動熱烈



台中市文化中心張貼本校舉辦的庶民健康講座宣傳海報.jpg